

FOLKE VIRKE



August - September - Oktober 2026

Det lange liv

www.folkevirke.dk



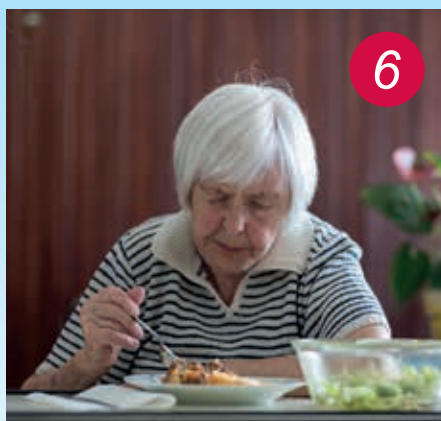
Vi vil helst selv!

Af Kirsten Normann Andersen,
medlem af Folketinget for SF og
formand for Folketingets
sundheds- og ældreudvalg

3



6



Ny hofte – nye muligheder

Af Britta Hørdam, seniorforsker,
Ph.d., cand.cur., sygeplejerske

13



Flere penge til ældre- området har ikke øget tilfredsheden eller kvaliteten

Af Marianne Jæger, hjemmesygeplejerske
og demenskonsulent

Redaktion

Annemarie Balle (ansvarshavende)
Firkløvervej 1
2400 København NV
Tlf. 51 51 24 20

Forretningsudvalg

Formand: Annemarie Balle
Næstformand:
Jeanne Bau-Madsen
Kasserer: Tove Hinriksen
Karen Hallberg
Anne Lise Jensen
Lene Lund
Grete Mygind
Huda Al-Kazwine
Susanne Tarp

Tryk og layout

Aars Bogtryk & Offset, tlf. 98 62 17 11
E-mail: aarsbogtryk@aarsavis.dk
Layout: Louise Christensen
Genrefotos: www.colourbox.dk

Det lange liv

Man hører ofte bemærkningen om, at alle gerne vil leve længe, men ikke ønsker at blive gamle.

Og det er da også rigtigt, at bagsiden af at leve længe er, at man også kommer til at opleve at blive skrøbelig og få forskellige diagnoser.

Meget kan lægerne gøre i dag for at forsinke udviklingen af en række sygdomme og også lindre mange sygdomme. Men alle vil opleve, at kroppen ældes, og at tempoet i hverdagen sænkes. Der findes ingen mirakelkur mod alle alderdommens dårligheder.

Men som den afdøde læge Esther Møller engang sagde, så drejer det sig ikke alene om, hvordan man har det, men også om hvordan man ta'r det.

I dette temanummer af Folkevirke stilles der skarpt på alderdommen og gives eksempler på, hvordan forskellige facetter af det sidste livsafsnit kan leves – og opleves. Fra politisk hold trækkes de store linjer og peges på områder,

hvor politikerne kan være med til at forbedre mulighederne for de ældre, mens der i andre artikler peges på, hvordan det nuværende system opleves som frustrerende, selv om intentionerne oprindeligt har været gode.

Der peges på magtesløshed og på magtasymmetri – oplevelser, som kan være svære at lovgive sig ud af, men som kræver øget opmærksomhed, hvis forholdene skal ændres.

Så selv om der fra mange sider er velvilje og et ønske om med et slidt udtryk "at gøre en forskel", så mangler der noget i selve udførelsen.

Forhåbentlig kan artiklerne i dette blad give stof til eftertanke og også være med til at sætte debatter i gang landet over i Folkevirkes kredse.

God læselyst og på gensyn i Folkevirke!

Annemarie Balle,
redaktør

INDHOLD

Vi vil helst selv!	3
Flere penge til ældreområdet har ikke øget tilfredsheden eller kvaliteten	6
Vi forsøgte at lave en liste over hjemmeplejernes navne, men efter 81 gav vi op	10
Ny hofte – nye muligheder	13
Spejdernes lejr i Hedeland: Livlig og engageret debat på spejderlejr	17
Kvindestemmer 2027: Flot markering af 20 år med Kvindestemmer	20
Arrangementskalender 2026	22
Folkevirke skærper profilen	24

Vi vil *helst* selv!

Foto: Marie Held



Af Kirsten Normann Andersen, medlem af Folketinget for SF og formand for Folketingets sundheds- og ældreudvalg

"Sådan holder man hjemmeplejen fra døren!"

Det sagde min moster, da hun fortalte, hvordan et kommunalt hjemmebesøg havde givet hende mod på at søge nye fællesskaber. Hun var for nyligt blevet enke, og hun mærkede ensomheden snige sig ind i livet.

Men den kommunale medarbejder havde introduceret hende til en anden kvinde i en lignende situation, og de to var efterfølgende sammen om at opsøge nye fællesskaber, nye oplevelser og nye aktiviteter.

Jeg bliver stadig rørt, når jeg hører om min mosters aktive liv, og jeg beundrer hendes mod på nye oplevelser, skønt hun i dag er over 80 år. Men først og fremmest har jeg hæftet mig ved den minimale, men virksomme kommunale indblanding i min mosters og andre ældres liv.

Der er nemlig en hårfin balance mellem civilsamfundets muligheder for virksomhed og kommunernes understøttelse af rammerne for civilsamfundet.

Et sted, hvor man kan mødes, kan umiddelbart virke som en stor kommunal udgift, især hvis det skal understøttes af praktisk hjælp i form af en pedel og måske en køkkenleder. Men i det store regnskab har min moster ret i, at mulighederne for socialt samvær med andre dels kan

holde den dyre hjemmepleje fra døren. Og det kan også skabe grobund for, at vi som medmennesker er hinandens støtte, når alderen trykker, og livet bliver lidt mere besværligt. Det er værdier, som ikke kan læses i et regneark, for i det kommunale regnskab er det som oftest kun kommunens egne indsatser, som kan beregnes. Men almindelig sund fornuft medgiver, at hvad der er sparet er tjent.

I de politiske drøftelser om ældrepleje og andre velfærdstilbud, er vi oftest optaget af, hvad vi som samfund skal kunne tilbyde den enkelte borger. Engang imellem får man næsten det indtryk, at velfærd er proportional med, hvor meget vi kan gøre for den enkelte borger. I Aarhus opfandt man på et tidspunkt et slogan om, at man ville holde borgerne væk (fra kommunen). Ideen var rigtig, men havde i sin substans alligevel mest fokus på, hvad vi kunne gøre for den enkelte borger, så han/hun kunne klare sig uden hjælp. Det er en vigtig sundhedsfaglig og rehabiliterende indsats for den, som for nyligt er ramt af sygdom eller svæk-

kelse. Men et godt ældre liv handler ikke kun om, at man selv kan gå i bad eller vaske sit gulv. Det er det levede liv, som giver energi til at holde til de praktiske opgaver, som jo primært bare er en forudsætning for at kunne leve. Og det liv vil vi helst selv leve. Derfor er jeg optaget af en debat om, hvordan vi strukturelt kan skabe grobund for mere reel livskvalitet.

Mange kommuner har allerede set værdien i at skabe rammer for civilsamfundets aktiviteter. Men der er en hårfin balance mellem støtte til civilsamfundet og en egentlig kommunal overtagelse af civilsamfundet. Måske er det et evigt politisk ønske om at kunne dokumentere værdien af investeringer i civilsamfundet.

Måske er det nøden, som forsøger at lære nogen kvinde at spinde. Men det er en tendens, at kommuner i højere og højere grad ser civilsamfundet som arbejdskraft – mere end som et samfund.

Kommunale forvaltninger opruster med medarbejdere, som skal rekruttere og organisere frivilligt arbejde – eller trække på civilsamfundsorga-



Mit liv som ældre

...Jeg er et menneske som de fleste andre, alle dage ligner ikke hinanden, hverken når det gælder humør eller energi. Jeg er ikke aktiv i arbejdslivet mere. Jeg mener at leve et jævnt, muntret og virksomt liv på jord – med alt hvad dette indebærer. (Frederik 74 år)

nisationer, som stiller sig til rådighed af velmenende årsager. Det er ikke kun en glidebane. Det risikerer også at ende som politisk styret aktivitet – for samfundets skyld – mere end for livsglædens skyld.

Jeg besøgte selv for et par år siden et kommunalt folkehus, hvor borgerne netop ønskede en debat om, i hvilken grad den kommunale frivilligkoordinator skulle godkende (og styre) alle aktiviteter, eller om kommunen kunne have tillid til, at grupper af borgere og foreninger selv kunne administrere rammerne for aktivitet?

Alt var tilsyneladende til debat – både spørgsmål om, hvorvidt borgere måtte bruge kaffemaskinen i caféen – til spørgsmål om, hvorvidt man måtte medbringe hjemmebakket kage. Eller for den sags skyld, om en pensioneret chauffør måtte benytte kommunens plejehjemsbus til at hente gangbesværede borgere – eller til en tur til Vesterhavet?

Sociale aktiviteter og fællesskaber skal ikke kun give mening for kommunernes regneark. Det skal være fundament for livskvalitet – nøjagtigt som vi også kender det fra ung-

domshuse m.v., fordi livskvalitet er en værdi i sig selv.

Det er ikke kun i folkehusene, at grænserne mellem frivillige aktiviteter og frivilligt arbejde bliver udfordret. I valgkampen mødte jeg Rikke, som er en ildsjæl ud over det sædvanlige – og en kæmpe støtte for særligt udsatte borgere og hjemløse. Hun rejser selv midler til at servere varme måltider for hjemløse, og hun rejser midler og samler folk til hjælp til etablering af boliger for mennesker på kanten. Hun gør det uden om alle etablerede systemer – men alligevel har kommunen også fået øje på hende. Pludseligt er det hende, kommunen ringer til, hvis en borger mangler udstyr, som er nødvendigt for, at borgeren kan modtage kommunal hjælp. Men tænk, om kommunen koncentrerede sig om de borgere, som samfundet reelt har

ansvaret for at hjælpe, i stedet for at bruge ressourcer på, hvordan man kan få andre til at lave arbejdet for sig?

Det er jo i sidste ende energi, som tages fra andre, som stadig klarer sig selv.

Også egentlig behandling overlades i højere og højere grad til civilsamfundsorganisationer. Jeg er eksempelvis selv rystet over, at sårbare syge borgere risikerer at blive udskrevet direkte til gaden efter endt behandling på sygehuse eller i psykiatrien. Men jeg er lige så rystet over, at det er civile organisationer, som påtager sig ansvaret for at afbøde de alvorlige konsekvenser af den praksis – kun ved hjælp af frivillige, som hjælper med pleje og støtte til borgerne. Jeg er glad for, at de gør det, og de gør et godt stykke arbejde – men hvorfor har vi





overladt de mest sårbare borgere til civilsamfundsorganisationerne? Hvorfor rækker samfundets vigtige velfærdsforanstaltninger ikke til dem? Og kan vi i det mindste overveje at målrette nogle af samfundets ressourcer til organisationer, som har påtaget sig den vigtige mission for de, som ikke kan finde sig til rette i velfærdssamfundets udbud af velafrettede ydelser – men som i stedet har brug for enorm fleksibilitet og omsorg?

Ingen skal dø alene. Vi skal helst være omgivet af vores nærmeste, men det forudsætter, at vores nærmeste har muligheden for at være hos os i de sidste dage og timer. Det er et paradoks, at denne naturlighed alt for ofte erstattes af professionelle frivillige – mens pårørende – ofte må bøje regler og sno sig for at få både arbejdsliv, familieliv og hensyn til den døende til at gå op i en højere enhed.

Vi skal alle herfra, og det er en del af livet – også for de af os, som er tilbage. Jeg er glad for, at professionelle frivillige påtager sig ansvar for den døende borger, som ikke har pårørende. Men det er ikke civilsamfundets ansvar at sikre, at vi kommer herfra på en værdig måde. Det er et velfærdspolitisk ansvar at sikre gode rammer for både den sund-

heds- og plejefaglige indsats og vilkår for pårørende.

Det er alt sammen eksempler på, at grænsen mellem det civile samfund og den professionelle samfundsstøtte udviskes, og det har på sigt uoverstigelige konsekvenser. For der er forskel på at være sammen om noget – og at være afhængig af støtte fra mennesker, som hverken har ansættelse eller løn, som betingelse og sikkerhed for at overholde etiske og professionelle regler for nødvendig støtte, pleje og behandling.

Sagen er, at vi helst selv vil klare det, som vi stadig selv kan klare.

Vi kan også leve med, at gode venner, familie og naboer giver en hånd med – især hvis vi selv har mulighed for at bidrage med det, som vi i stedet kan bidrage med. Det er sådan, et godt samfund fungerer. Men gensidigheden og det gode samarbejde risikerer at miste det autentiske, når det sættes i skemaer med faste "arbejdstider" og pligter for frivillige borgere uden relation til de øvrige borgere.

Civilsamfundet er en kæmpe styrke for samfundet, som kan bidrage til, at vi stadig kan leve et godt liv på egne betingelser. Og ja – det forudsætter også politisk prioritering af ressourcer til organisationer, som

netop kan og vil bidrage til at skabe gode levevilkår, oplevelser og samvær med andre – og hvor den enkelte kan føle sig som en del af et fællesskab – mere end som en modtager af ydelser.

Men jeg vil efterspørge en debat om, hvordan vi sikrer et ligeværdigt samspil, hvor civilsamfundsorganisationer ikke risikerer at blive en erstatning for nødvendig velfærd.

Til gengæld tror jeg, at vi som politikere kan lade os inspirere af civilsamfundets evne til at se menneskers forskellighed og ønske om at være med.

Vi drømmer ikke om et samfund, som fikser vores liv. Vi vil faktisk helst selv – hvis vi på nogen måde kan. Min mosters hjemmebesøg er et godt eksempel på netop det. En kommune, som satte rammer for, at hun stadig kunne selv – sammen med andre.

Mit liv som ældre

...Begrænsninger i bevægelser er ved at være overstået, men det er vanskeligt at få det bedre – ikke mindst på grund af min alder.

(Krista 80 år)

Flere **penge** til ældreområdet har ikke øget tilfredsheden eller kvaliteten



Af Marianne Jæger, hjemmesygeplejerske og demenskonsulent

Gennem de senere år er der bevilget flere penge til ældreområdet, men tilfredsheden med ydelserne er ikke steget.

Der peges fx fortsat på utilstrækkelig hjemmehjælp og hjemmehjælp, der virker frustrerende for de ældre. Der er ingen tvivl om, at nogle har god grund til at være utilfredse. Det vidner de episoder, der ind i mellem dukker op i pressen, om.

Ingen tvivl om at langt de fleste medarbejdere ønsker at levere god pleje og omsorg, og inden for de givne rammer leveres der megen god pleje og omsorg. Det er i hvert fald min erfaring gennem 32 år som

hjemmesygeplejerske, demenskonsulent og underviser i SOSU-fag på ZBC indtil 2024.

Men vilkår og krav har ændret sig så markant, at både medarbejdere og kommunernes økonomi er under pres. I forhold til at diskutere tilfredshed eller kvalitet er der rigtig mange faktorer i spil, herunder viden om, hvad man kan forvente i den kommunale hjemmepleje.

I 2025 udgav Ældreministeriet en rapport, der kortlagde tilfredshed med hjemmehjælp i hele landet.

Et uddrag fra rapporten lyder:

"Daværende ældreminister Mette Kierkegaard igangsatte i 2025 den første brugertilfredshedsundersøgelse nogensinde blandt samtlige af landets cirka 123.000 opgjorte modtagere af hjemmehjælp fra 67 år og opefter.

Nu er Danmarks Statistik færdige med gennemførelsen af undersø-

Mit liv som ældre

*...Mit helbred er fremragende bortset fra aldersbetingede skavanker som prostata, grå stær, slidgigt osv. NB! Et godt råd til afdelingen: Udskift jeres toiletsæder til flade sæder model C, dem I har nu er et tortur-instrument for en hofteopereret patient.
(Frode 72 år)*

gelsen. Den viser overordnet, at 78 pct. er tilfredse med den hjælp, de får. Heraf er 30 pct. endog meget tilfredse. Blandt de resterende 22 pct. er 15 pct. hverken-eller tilfredse, seks pct. er utilfredse og én pct. er meget utilfredse.

Faktorer som alder og livskvalitet spiller ind på, hvor tilfredse de ældre borgere er med hjemmehjælpen. Her stiger tilfredsheden dels i takt med årstallet på dåbsattesten, dels i takt med den selvoplevede livskvalitet."

At være herre i eget liv - hele livet

At blive ældre medfører for alle en større eller mindre grad af funktions-tab, som vi næsten alle kæmper for at kompensere med hjælpemidler - fx læsebriller-, og for mange er træning blevet en fast del af hverdagen. Der er øget fokus på fore-





byggelse og vedligehold. Hvis vi kan, vil vi klare os selv.

Det er dog ikke alle, der magter at holde sig fit og selvhjulpne. Mange faktorer spiller ind, bl.a. sygdom.

Fælles for alle er, at det er meget grænseoverskridende at behøve hjælp, især når det handler om personlige forhold som hygiejne og toiletbesøg. At dette så også indebærer, at ens vaner og døgnrytme sættes i spil er rigtig svært. Ikke at kunne bade, når man trænger, eller selv bestemme toilettid.

Den ældre oplever ofte at have meget ventetid, fordi hjælperen ikke altid kan komme på faste tider, og der gives ikke altid besked. Nogle gange svinger tiderne fra dag til dag, så det er svært at opretholde en stabil dagsrytme.

Magtasymmetri

Det er en vigtig faktor at være opmærksom på, at der altid er en magtasymmetri mellem systemet/medarbejderen og borgeren.

Borgeren er i et afhængighedsforhold til systemet/hjælpen. Det kan

være svært at klage, selv når dette er fuldt berettiget.

Man vil gerne have et godt forhold til dem, der kommer i ens hjem, og som på den måde har stor indflydelse på ens trivsel. Det er heller ikke usædvanligt, at den ældre synes, det er synd for medarbejderen og er bekymret for deres trivsel.

En ny ældrelov trådte i kraft i juli 2025. Med loven ønsker man at tilføre et grundlæggende værdisæt til, hvordan hjemmehjælp og hjemmepleje skal ydes.

I den ny ældrelov kan man bl.a. læse: *"Formålet er at give de ældre borgere en alderdom, som er præget af mest mulig livsglæde, selvhjulpenhed, omsorg og nærvær, og som tager udgangspunkt i den enkeltes livssituation og behov.*

Med den nye ældrelov har danske ældre fået deres egen lov. Loven bygger på tre værdier:

- *Den ældres selvbestemmelse*
- *Tillid til medarbejderne og den borgernære ledelse*
- *Et tæt samspil med pårørende, lokale fællesskaber og civilsamfund.*

Helhedspleje er et nøglebegreb i ældreloven, og det handler om at se hele mennesket, både det sociale, mentale og fysiske velbefindende. Fremover skal hjælp og pleje tilbydes som et sammenhængende og rummeligt pleje- og omsorgsforløb, fremfor specifikke ydelser og praktiske opgaver i hverdagen, som kan justeres løbende i takt med, at borgerens behov ændrer sig.

Et andet centralt element i loven er desuden ønsket om frisættelse i ældreplejen. Det betyder mere tillid til medarbejderne, markant mindre tid brugt på dokumentation og kontrol og mere tid til nærvær, omsorg og faglighed."

Fra enkelttydelser til plejeforløb

Udover ovenstående formulerer loven forventninger om, at hjælp altid skal ydes med et rehabiliterende sigte.

Helt klart nogle fine intentioner, men spørgsmålet er, hvordan det kan udmøntes i praksis. Det kræver en ny tilgang med stor faglighed og pædagogik at se, hvor der er et reelt træningspotentiale, og det stiller store krav til visitators menneskesyn. Hvad skal der fortsat gives varig hjælp til, så det er muligt at opretholde en anstændig livskvalitet. Det kommer til at stille store krav til lederne, der skal sikre en øget faglighed. Der skal arbejdes med mindre teams, faste hjælpere og større fleksibilitet hos den enkelte borger. Der skal arbejdes i tværfaglige teams med terapeuter og sygeplejersker tilknyttet.

Der skal således ske en transformering af, hvordan man gennem de seneste 20 år har drevet tilrettelæg-

gelsen ud fra Servicelovens krav. Den hidtidige visitationsform har været i enkeltopgaver, som fremgik af kørelistes. Man har i kommunerne arbejdet politisk med stram styring af rammerne for hjælp. Hjælp er bevilget som klart definerede opgaver med tidsrammer til basale behov som hygiejne og ernæring.

Rengøring er absolut minimum.

Budgetterne har løbende måttet øges, da antal borgere med behov for hjælp er stigende, ligesom kompleksiteten øges hos de fleste borgere, der behøver hjælp til personlig pleje.

En anden udfordring er, at der i næsten alle kommuner er en stor andel ufaglærte medarbejdere i grupperne. Nogle steder for at presse budgetrammen til flere hænder, andre steder fordi fagligt personale er svært at tiltrække.

Gennem flere år har man i næsten alle kommuner kæmpet med både at rekruttere tilstrækkeligt personale og at tiltrække personale med faglig baggrund.

Så med en hjælp, der bevillingsmæssigt er presset til basale behov, vil tanken om den individuelle aftale

og tilrettelæggelse, som loven lægger op til, sætte hjælpen under pres og vil kræve en meget høj faglighed hos både lederne og personalet.

De sociale netværk sættes også i spil i lovens tekst, hvor der formuleres en forventning om, at pårørende skal mere på banen, men ikke alle har et netværk at trække på. Nogle har faktisk kun hjemmeplejen som netværk.

Tilpasning af forventninger

Historisk set har samfundet gennem mange år set på "De Ældre" som en homogen flok, der ældedes ens. Dette kom bl.a. til udtryk gennem det, at man tidligere nærmest som en selvfølge kunne få hjemmehjælp til rengøring, når man fyldte 67.

Uanset boligens størrelse kunne man få hjælp til at holde den i vant standard: hjemmehjælperen kravlede på stige for at tørre støv af, man kunne få strøget skjorter og få lavet mad flere gange om ugen. På mit første introduktionsbesøg i 1992 var opgaven at reducere den ugentlige praktiske hjælp fra 12 til 9 timer for en mobil herre, der boede i en stor villa. Udmåling af hjælp rettede sig dengang mod at opretholde vanlig livsstil.

Fra slut 80'erne begyndte presset at stige med flere ældre og flere med behov for hjælp til personlig pleje. Gennemsnitslevealderen steg og stiger fortsat.

Budgetterne hængte slet ikke sammen, da antallet af ældre var stigende, og det stiger fortsat. Kriterier for tildeling af hjælp blev strammet, og hjælpen blev tidsfastsat til den konkrete opgave. Det øgede pres skabte et behov for mere syste-

matiske funktionsvurderinger som grundlag for at kunne modtage hjemmehjælp.

Vi stiftede bekendtskab med BUM-modellen, med adskillelse i Visitation. Myndigheden, der bevilgede og Udføreren, altså det personale, der leverede det bevilgede. Et af formålene med dette var at styrke den Ældres retssikkerhed, forstået som at man havde en klar bevilling, som man kunne klage over ved manglende levering. Samtidig ønskede man at dele ressourcerne mere retfærdigt med afsæt i en konkret vurdering af det, den ældre faktisk ikke selv kunne.

Både borgere og personale stiftede bekendtskab med det, man kan kalde minut tyranni. Man fokuserede på kørelistes, og uforudsete uheld skabte kaos i kørelisterne. Der er ganske enkelt ikke tid nok. Samtidig er der også sket en stor udvikling inden for sundhedsområdet. Sygdomme, der tidligere var dødelige, bliver nu til langvarige kroniske forløb, man lever længere, og når tilstanden er velbehandlet, er livskvaliteten god. Det giver en øget opgavekompleksitet hos den enkel-

Mit liv som ældre

*...Jeg er bange for fremtiden – taknemmelig når det er tåleligt. Jeg har kroniske smerter, artrose, artrit, gener efter flere blodpropper i benet. Jeg lever med stærke smerter altid, prøver at holde medicinforbrug så lavt som muligt.
(Irene 69 år)*



te borger og dermed et øget behov for faglært og kompetent personale. Generelt er borgergruppen, der modtager hjælp, blevet markant mere kompleks og stiller større krav til faglighed og indsigt hos personalet.

Medarbejdernes forudsætninger

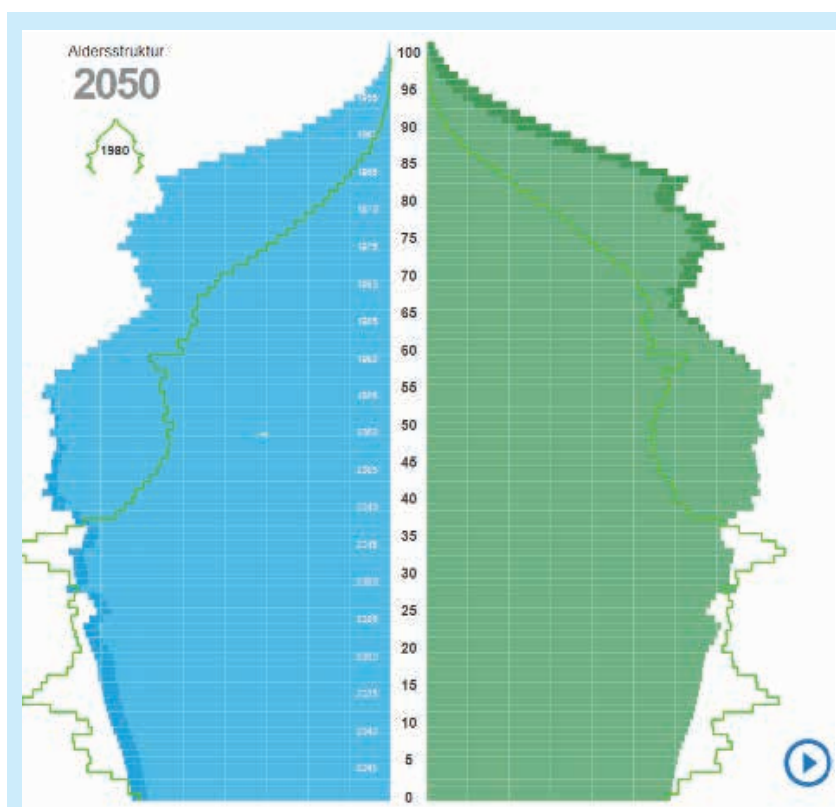
Jobbetegnelsen var husmor afløser, indtil den i 1958 blev ændret til hjemmehjælp, dog stadig uden formelle krav til uddannelse. Den første formelle uddannelse som hjemmehjælper blev etableret i 1991.

Uddannelsen rettede sig mod "Raske ældre med lettere funktionstab", stod der i bekendtgørelsen.

Først med uddannelsesordning fra 2020 kom nuværende uddannelse, som bl.a. er udvidet med basal sygdomsforståelse og pleje/behandling, og dermed faktisk klæder medarbejderne på til de opgaver, de skal varetage.

Andre væsentlige ændringer

For at strække ressourcerne er der også sket andre ændringer, der giver markante forandringer i, hvordan hverdagen opleves for den ældre medborger, der er afhængig af hjælp.



Fakta om befolkningstal fra Danmarks Statistik

I 1990'erne lå antallet af ældre på 80 år og derover i Danmark stabilt mellem ca. **180.000 og 205.000 personer.**

(Den lysegrønne Streg).

Befolkningstallet for denne gruppe voksede langsomt igennem årtiet fra ca. 187.000 (i starten af 1990'erne) til ca. 203.000 (i slutningen af 1990'erne).

Dette tal er siden steget markant, og i 2026 er der eksempelvis over 350.000 danskere, der er 80 år eller derover.

Der er således sket en fordobling af antal +80-årige.

Der vil fortsat ske en stigning i antal ældre, især i forhold til de allerældste.

Der er tilkommet madordninger, der indebærer levering af fjerntilberedt mad. Uagtet dette er mad af høj og stabil kvalitet, så kan det let opleves af den enkelte som en forringelse. Man har ikke samme mulighed for spontant at få lyst til noget andet, end det, man valgte, da man sad med næste måneds menu.

Hjælp til indkøb indebærer engang, at man sammen skrev indkøbsliste og så cyklede hjemmehjælperen rundt

til de forskellige butikker. Denne opgave løses nu som bestilling hos en ekstern leverandør, der leverer alle varer - eventuelt gives der hjælp til at sætte varerne på plads.

Medicindosering sker så vidt, det er muligt som dosispakket fra apotek til 14 dage.

Fælles mål med disse tiltag er at frigøre tid til den øgede tilgang af pleje og omsorgsopgaver.



Vi *forsøgte* at lave en liste over hjemmeplejernes navne, men efter 81 gav vi op

Et forsigtigt gæt er, at der indtil nu har været mindst 150, hvis ikke 200 forskellige hjemmeplejere inden for dørene hos forfatter Rolf Bagger. I denne artikel beskrives en almindelig dag som borger i kommunal hjemmepleje

Af Rolf Bagger, forfatter

Det ser ud til at kunne blive en rimelig dag i dag. Der er ingen aftaler eller forpligtelser af den slags, der gør dagene både stive og kaotiske, så det er efter alt at dømme kun hjemmeplejen, der kommer.

Hende med sårbehandlingen kommer i hvert fald ikke. Hun er her nok en gang om ugen, men hun har lige været her. Hjemmesygeplejersken kommer ikke så tit, og hvorfor skulle hun komme i dag? Lægen melder sig altid i forvejen, og det samme gælder fodterapeuten og den kommunale hjemmetandlæge, der kommer fast en gang hvert halve år.

Visitorator var her for nylig, og det samme gælder hende, der ordner håret. Hende skal der også aftales med lang tid i forvejen.

Hjælpe-middelcentralen kommer af og til og henter og bringer eller bytter noget, og lige nu ligger der noget, som hjemmeplejen har bedt dem hente. Men de rider ikke den dag, de sadler, og de giver ikke besked i forvejen. Hvorfor skulle det så lige blive i dag?

Det er ved at være tid til vindues-pudseren, men han pudser kun ud-

vendigt, og det klarer han selv. Og besøgsvennen fra Ældre Sagen kommer om torsdagen, så det er heller ikke i dag.

Nej, det er kun hjemmeplejen, der kommer. Men sengetøjet skal skiftes og helst i formiddag, mens hjemmeplejen er her og alligevel ordner sengen. Så kan det komme i vaske-maskinen i formiddag, og der er rigeligt vasketøj i forvejen til en stor hvidvask. Den tager flere timer, og bagefter skal det i tørretumbleren, så det kan være færdigt og blive lagt sammen og lagt væk inden aftens-maden.

Hjemmeplejen kommer fire gange om dagen – om formiddagen, tidligt om eftermiddagen, sent på eftermiddagen og om aftenen. Tidligere kom de også ved middagstid, men det var for det meste overflødigt. Der kom også nogen om natten engang, men det blev også strøget. Nu kommer nattevagten kun, når der bliver trykket på nødkaldet.

Hjemmeplejen kommer første gang et sted mellem klokken ni og – ja, måske dukker de først op hen ad halv elleve-tiden. Der kan let ske et eller andet, et besøg et andet sted, der trækker ud, eller noget, som de

straks må af sted til. Hvis de da ikke kommer tidligere end ventet. Hvem, der kommer nu om lidt, er usikkert, for de samme to er kommet nogle dage i træk, og så kan det godt være, at de skifter.

Næste gang er ved halv to/to-tiden, og tredje gang er tit ved fire/fem-tiden, men for tiden kommer de allerede kvart i fire. Aftenbesøget ligger så et sted mellem ni og måske så sent som halv elleve. Det kan svinge en del.

De daglige besøg kan man se på Sundhed.dk, men tiderne er ikke meget mere end vejledende. Det er sikkert også svært at lave en ordentlig arbejdsplan for så mange, og uforudsete hændelser ude på "ruten" kan hurtigt sabotere planen, når den i forvejen er stram.

Hjemmeplejerne

Hjemmeplejerne – som de retteligt burde kaldes – kommer næsten altid to sammen. De to om formiddagen er fra det, de kalder morgenholdet, og tidligt om eftermiddagen er de fra dagholdet. Alligevel kan det godt være de samme, der kommer både formiddag og tidlig eftermiddag. Den ene af dem i hvert fald. De to

senere på eftermiddagen og de to om aftenen er alle sammen fra aftenholdet, så det er altid de samme to, der kommer de to gange. Næsten i hvert fald.

Om lørdagen og søndagen er det tit nogle helt andre, velsagtens på grund af overenskomsten og arbejdstidsreglerne.

Hjemmeplejerne oplyser kun deres fornavn. For halvandet år siden var listen med fornavne nået op på 81, men der var adskillige, der hed det samme, og det er faktisk vigtigere, hvor mange forskellige ansigter der er tale om, så listen blev droppet. Et forsigtigt gæt er, at der indtil nu har været mindst 150, hvis ikke 200 forskellige hjemmeplejere inden for dørene.

Efter et stykke tid færdes de fuldstændig hjemmevant i huset. Det er nærmest, som om de overtager det, mens de er her. Gæstetoiletet og forstuen er simpelthen deres personlige arbejdsrum, og de går selv i køleskabet og i skabe og skuffer i køkkenet og finder, hvad de har brug for. De ved også, hvor håndklæder, vaskeklude, ekstra bleer og al den slags er i bryggerset, og det er dér, de kommer ind og har deres overtøj. Og i bryggerset ligger også de hjælpemidler, der ikke er i brug for tiden. Langt de fleste hjemmeplejere er naturligvis danske, men der har også været nogen fra Færøerne, Grønland, Island og Polen, et par stykker fra afrikanske lande og vel en mindre håndfuld fra lande i Asien. Nogle af dem har talt rimeligt dansk, men enkelte har været komplet uforståelige. Til gengæld har de fleste haft et nogenlunde tag på arbejdet og har gerne villet tage fat.

De ringeste har klart været danskere, især i ferietiden. Nogle har været, som om de var hentet lige ind fra gaden og har knap nok anet, hvad de skulle gribe og gøre i.

Andre har nok været uddannede sosu-hjælpere, men har været fra vikarbureauer, og de har været påfaldende uinteresserede i at gøre andet og mere end det mest nødvendige.

Bortset fra, at de ikke har anet noget som helst om den "borger", de var hos, eller hvor tingene er. Heldigvis kommer de som regel kun en enkelt gang og altid sammen med en, der trods alt kender lidt til tingene.

Hjemmeplejernes besøg kan godt tage op til halvanden time, især om morgenen og sent om aftenen. Så skal der både skiftes, måske også tøj og sengetøj, og vaskes og friseres og børstes tænder og gives medicin og smøres med forskellige cremer og salver. Nogle af dem giver sig også gerne tid til at snakke med "borgeren", hvis tiden og humøret er til det.

Personligt nærvær

Hvis trangen og/eller evnen til at investere sig selv mere personligt i arbejdet ikke er til stede, bliver resultatet en venlig, forretningsmæssigt korrekt og professionel betjening af "borgeren". I et lag under dem befinder de sig, som nok er uddannede, men end ikke prøver at gøre det bedst muligt.

De bedste er "den faste stok". Det er vel en halv snes, fortrinsvis lidt ældre, modne og erfarne (kvindelige) hjemmeplejere, der har god fornemmelse, og for de flestes vedkommende også interesse, for det

hjem og den "borger", de er hos. De giver sig god tid og tager tingene i et roligt tempo, når det er muligt, og de kommer normalt hele vejen rundt om alle de småting, der skal gøres og huskes og ordnes på den tid af dagen. På sosu-skolerne lærer man utvivlsomt både noget psykologi og noget om gamle menneskers behov og forestillingsverden. Men hjemmeplejere er selvfølgelig inderst inde lige så forskellige som andre mennesker.

Derfor vil de fleste hjemmeplejere nok blive oplevet af "borgeren" som både venlige og hjertelige, men trods alt kun på et vist "overfladisk" plan. Medmindre de ejer akkurat den følsomhed og empati, som harmonerer med akkurat dén "borger". Måske taler "borgeren" med hjemmeplejerne i mangel af andre at tale med eller ligefrem som en misforstået forpligtelse, og samtalerne kan føles mindre vedkommende, end hjemmeplejeren måske tror.

Resultatet er en følelse af mangel og savn – og af ensomhed.

Akkurat dét er vel et billede af det genneminstitutionaliserede samfunds grundlæggende problem:

at overflade skaber ensomhed.

Nå, det tegner til at blive en rolig dag. Men der skal også gøres lidt rent, og det er ikke noget, hjemmeplejen tager sig af. Der er dog bevilget hele 45 minutters rengøring hver tredje uge. Der er også bevilget to timers aflastning om ugen. To timer fri, der giver tid til at ordne ugens større indkøb. Resten klares med hurtige besøg i Brugsen herovre. Nogen har foreslået, at aftensmaden leveres fra kommunens centralkøkken, men det kan også blive for upersonligt.

Rengøring, tøjvask, madlavning, opvask og indkøb bør være privat så længe som muligt. Altså en stille dag. Det betyder et par timers fred og ro midt på dagen,

et par timer igen fra ved to-tiden til hen ad fire og så en længere periode fra halv fem/fem til mellem ni og måske halv elleve med lidt privatliv, tid til at spise til aften sammen og

måske se fjernsyn, hvis ikke aftenholdet dukker op midt i det hele. Sådan en dag kan det blive i dag. En nogenlunde rimelig dag.

Denne artikel har den 16. maj 2026 været bragt som kronik i Kristeligt Dagblad.

Mit liv som ældre

...Jeg har besvær med at sidde, jeg har det bedst, når jeg ligger ned, så forsvinder smerterne, når jeg finder det rigtige leje. Jeg får medicin for stærke smerter. (Peter 70 år)

...Min hofte er stiv på grund af fald, jeg passer mit daglige arbejde med at lave mad, tørre støv af, vaske op. Jeg klarer mig i elektrisk kørestol. Humøret fejler ikke noget. (Jenny 78 år)

Mit liv som ældre

...Tak for interessen for mit liv og helbred, det varmede. (Anna 74 år), (Elisabeth 70 år), (Gerda 82 år), (Hans 66 år), (Harald 88 år), (Valborg 85 år), (Ebba 81 år), (Folmer 74 år) m.fl.

Mit liv som ældre

...Efter at have fået ny hofte har jeg fået det meget fint med at komme i gang igen – det, der er i vejen, er, at jeg har astma og bronkitis, det er det, der hæmmer mig, det har været meget slemt det sidste år. Jeg har vrøvl med mit blodtryk, og så lider jeg af svimmelhed. Min hofte/ben har ikke i mange år været så godt som nu. De må gerne kontakte mig igen, det hjalp mig at gennemgå skemaet. (Asta 74 år)

Ny hofte – *nye* muligheder

Alle vil leve længe, men ingen vil blive gamle



Af Britta Hørdam,
seniorforsker,
Ph.d., cand.cur.,
sygeplejerske

Vi lever længere, og samtidig får vi med den stigende levealder flere lidelser. Det kan virke som et paradoks, men det er en virkelighed, vi må forholde os til og indrette os efter - både offentligt og privat. I DK lever næsten 40% af befolkningen med en eller flere kroniske sygdomme, og mellem 70-80% af sundhedsvæsenets samlede ressourcer går til behandling og pleje af kronikere. Forekomsten af kronisk sygdom har været stigende samtidig med, at den generelle levealder er forbedret.

Ny ældrelov

Ældreloven fra 2025 fokuserer på helhedspleje, det vil sige et helhedsperspektiv, hvor der skal tages hensyn til personens samlede livssituation.

Dette er afsæt for mit indlæg sammenholdt med resultater af et forskningsprojekt, hvor en gruppe ældre med ny hofte har bestemt sig for følgende:

Ældre med ny hofte tilkendegiver, at de ønsker at forbedre og vedligeholde deres funktionsniveau så længe som muligt. De ønsker en aktiv pensionisttilværelse, der ikke hæmmer dem i aktiviteter

efter eget valg, men at de derimod kan klare sig selv og opdyrke nye interesseområder.

Dette er meget i tråd med en tendens i samfundet, der beskrives og udfordres i ny viden formidlet til både fagfolk og almenbefolkningen om at styrke socialt samvær, egen helbredsstatus og livskvalitet.



Multisygdom som ny folkesygdom

Folkesygdommene er: diabetes, hjerte-kar-sygdomme, KOL, overfølsomhedssygdomme/astma/allergi, reumatologiske lidelser, osteoporose, kræft, psykiske lidelser og multisygdom. Multisygdom er relevant for ældre al den stund, at ældre over 65 år lever med en eller flere konkurrerende lidelser. Det betyder ikke nødvendigvis indlæggelse på hospital, men det kræver tæt opfølgning hjemme. Derfor er den nye ældrelov en betydningsfuld ramme for tryk og sikkerhed i hverdagen.

Samtidig er der behov for en koordinerende sygeplejerske, der kan samle trådene mellem de forskellige medicinske specialer, som den ældre har brug for. Det betyder, at vi alle får brug for både praktisk og faglig ekspertise i vores otium, og det betyder også, at vi lever længere med lidelser, som vi kan få kvalificeret sundhedsfaglig assistance til at mestre. Rammerne for praktisk og sundhedsfaglig hjælp er tre love:

Sundhedsloven fra 2005, som sikrer vores rettigheder til lægeordnet behandling, sygehusophold, genoptræning og forebyggelse.

Ydelserne udføres af læger, sygeplejersker, fysio- og ergoterapeuter og andre relevante faggrupper.

Service-loven fra 1997, der sikrer social støtte, omsorg og hjælp til at mestre hverdagen. Typiske ydelser: Personlig pleje, praktisk hjælp (f.eks. rengøring), hjælpemidler, ledsageordning og pædagogisk støtte til socialt udsatte eller handicappede. Ydelserne udføres ofte af social- og sundhedshjælpere og pædagoger.

Ældreloven fra 2025 fokuserer på helhedspleje:

- Et helhedsperspektiv - dvs. en helhedsorienteret indsats, hvor der skal tages hensyn til personens samlede livssituation.
- Tværfaglighed - hvor personen modtager en sammenhængende og koordineret indsats.
- Kontinuitet - som skal sikres ved, at den samme leverandør - den



Som sygeplejerske og forsker har Britta Hørdam (t.h.) siden 1972 fulgt udviklingen og betydningen af, at ældre har fået ny hofte.

kommunale som den private - kan give både praktisk hjælp, personlig pleje og genoptræning.

- Modtagerens selvbestemmelse - hvor personen der modtager hjælp får indflydelse på valg af leverandør, hvilken hjælp der gives fra gang til gang inden for den tildelte pleje - og omsorgsforløb.

Slidgigt og ny hofte

Siden 1969 har det været muligt at få ny hofte for ældre, der som følge af slidgigt havde smerter og nedsat gangfunktion. Denne operation gennemføres til mere end 10.000 ældre mellem 65-95 år hvert år.

Mit liv som ældre

...Man bliver jo ældre med årene, jeg har forhøjet blodtryk.
(Kaj 80 år)

Jeg har som sygeplejerske og forsker fulgt udviklingen og betydningen af dette indgreb for de ældre siden 1972. Forskningen er gennemført i perioden 1998-2018 med spørgeskemaer og interviewguides. Datasæt er kontinuerligt statistisk bearbejdet og efterfulgt af justeringer og forbedringer indtil endelig implementering i 2018.

Der er gennemført rigtig mange tiltag både indenfor læge -, sygepleje - og genoptræningsfaget for at opnå bedst muligt resultat. Jeg har i mit arbejde fokuseret på at undersøge, hvordan ældres livskvalitet og individuelle behov kan tilgodeses før og efter operation.

Det har betydet, at konceptet Coaching to Self-Care er udviklet på baggrund af flere på hinanden følgende forskningsresultater fordelt geografisk rundt i landet.

Coaching to Self-Care definition

Coaching to Self-Care er et koncept, der har til formål at afklare be-

hov for sygepleje før og efter hofteoperation samt gennemføre en målrettet og individuel indsats, der kan styrke den enkelte ældres genoptræning.

Der indgår fire faser med fokus på identificering af individuelle behov hos patienter før og efter hofteoperation:

- Patienterne deltager i hofteskole inden operation (pårørende kan være med).
- Patienterne er indlagt 1-2 døgn efter operation.
- Individuel sygeplejefaglig opfølgning i eget hjem 1 uge efter udskrivning.
- Patienterne overgår til kommunal træning ca. 6 uger efter operation.

De ældre tilkendegiver positive resultater som:

- Sikkerhed og tryghed.
- Involvering i eget forløb.
- At blive lyttet til.
- At få relevant vejledning til træning.
- At få udleveret relevant materiale.
- Motivation til træning.

Sammenhæng i forløbet og sygeplejefaglige vejledere samt tilknytning til den ortopædkirurgiske afdeling efter udskrivning letter overgangen fra sygehus til eget hjem.

Inddragelse forebygger således tab af egenomsorgsevne og fremmer individuel genoptræning.

Forskningens generelle resultater:

- Viste signifikante resultater af sygeplejeintervention efter udskrivning fra ortopædkirurgisk afdeling.

- Dokumenteret statistisk signifikans for interviewmetode og den sygeplejefaglige vejledning.
- Dokumenteret signifikans for det optimale tidspunkt for intervention og interview efter udskrivning.

Perspektiver:

- Sikrer sammenhæng i de ældres forløb.
- Sikkerhed og tryghed ved udskrivning.
- De ældre er forberedte til kommunernes genoptræningsaktiviteter.
- Drift på sygehus og i hjemmepleje er baseret på nyeste data.
- Kontinuerlig kompetenceudvikling (personalet får en erfaring fra både før og efter operation, der forbedrer deres viden).
- Vidensdeling (tværfagligt og til andre lidelser).

Ønsker til deres otium

Ældre med ny hofte tilkendegiver, at de ønsker at forbedre og vedligeholde deres funktionsniveau så

længe som muligt. De ønsker en aktiv pensionisttilværelse, der ikke hæmmer dem i aktiviteter efter eget valg, men at de derimod kan klare sig selv og opdyrke nye interesseområder. Dette er meget i tråd med en tendens i samfundet, der beskrives og udfordres i ny viden formidlet til både fagfolk og almenbefolkningen om at styrke egen helbredsstatus og livskvalitet.

I den her præsenterede og gennemførte forskning er anvendt flere metoder:

- Tværsnitsundersøgelse.
- Klinisk Kontrolleret undersøgelse (RCT).
- Spørgeskemametode SF-36 (kvantitativ).
- Interviewguide (kvantitativ og kvalitativ).

Da et randomiseret klinisk forsøg er en undersøgelse af effekten af en behandling, og forsøget er kendetegnet ved, at patienter fordeles til-

Mit liv som ældre

...Tak for spørgeskemaet!

*Min hofteoperation er vellykket – men i alle andre spørgsmål må alderen tages i betragtning. Jeg har desuden vand i kroppen og leddegigt, og jeg føler mig altid træt og energiløs.
(Carl 95 år)*

fældigt til enten at modtage en eksperimentel behandling eller den konventionelle behandling. Alle patienter deltog i SF-36 spørgeskemaundersøgelsen (selvvurderet helbred), men efter deres udskrivning blev de randomiseret (tilfældigt fordelt) til henholdsvis en interventions- og kontrolgruppe, hvor forskellen bestod i, at interventionsgruppen blev fulgt 2-3 gange med telefonisk kontakt hjemme, hvor en sygeplejerske gennemførte interview, vejledning og rådgivning om forløbet efter operation. De ældre kunne i denne seance drøfte individuelle behov med sygeplejersken. Alle data blev registreret både kvantitativt og kvalitativt. Den ortopædkirurgiske afdeling kunne således følge alle patienters forløb efter hofteoperation. En dataindsamling der både styrkede indsatsen for de ældre før operation og samtidig styrkede kompetencerne hos personalet.

Ved modtagelse af besvarede spørgeskemaer og interviews blev data statistisk behandlet.

Det viste sig, at mange patienter også på eget initiativ havde tilføjet personlige kommentarer til at under-



støtte deres besvarelser. Disse kommentarer indgik indledningsvis som data i udarbejdelse af interviewguide. De ældres spontane ytringer kan samles i nogle kategorier som eksempelvis: tilfredshed med at blive kontaktet, et ønske om at have en livline, mulighed for at give udtryk for presserende problemer, italesætte egne problemstillinger, efterspørge yderligere behov for hjælp, give udtryk for mere komplekse problemstillinger samt et ønske om inddragelse i tilrettelæggelse af eget individuelle forløb.

Samlet set er det for mig positivt, at så mange seriøst er kommet med spontane beskrivelser og udsagn, der tyder på en ægte interesse for inddragelse og aktiv medvirken til forbedring af de sundhedsfaglige ydelser.

I første undersøgelse svarede mere end 200 ældre, at de takkede for

interessen for deres liv og helbred. Samlet set er der ca. 94%, der har deltaget i hele undersøgelsesforløbet.

På denne måde medvirkede brug af metoderne fra den indledende tværsnitsundersøgelse, de klinisk kontrollerede forsøg, spørgeskema og interviewguide til at opnå den viden, der blev nødvendig for at kunne udvikle Coaching to Self-Care konceptet. Et koncept, der nu både er udforsket, udviklet, implementeret og nu i drift.

Inddragelse af de ældre i forskningen har hermed vist brugbare resultater!

Den nye ældrelov understøtter helt resultaterne af forskningen.

Forskningen indbragte Coaching to Self-Care konceptet en pris tilbage i 2019.

Nemlig EPSA (European Public Sector Award) for Best Practice.

Kort om Britta Hørdam

Sygeplejerske, Københavns Kommunehospital (1974).

Diplomeksamen i sygepleje, Aarhus Universitet (1984).

Cand.cur., Aarhus Universitet (1996).

Ph.d. i patientrehabilitering, Aarhus Universitet (2007).

Forsker, Københavns Universitet. Seniorforsker med speciale i patientrehabilitering.

Ph.d.-afhandling om genoptræning af patienter over 65 år med nye hofter.

Forskning i plejehjemsbeboeres oplevelse af omsorg og livskvalitet under coronakrisen.

Forfatter til et to-binds værk om "hospital hjemme".

Har modtaget Best Practice Certificate, European Public Service Award (EPSA, 2019).



Spejdernes lejr i Hedeland:

Livlig og *engageret* debat på spejderlejr

Af Annemarie Balle
og Grete Mygind

Folkevirke blev i år inviteret til at deltage med et debattelt i Spejdernes Lejr i Hedeland i slutningen af juli, hvor omkring 30.000 spejdere deltog.

Det er første gang, at Folkevirke har fået en invitation, men at bedømme ud fra de mange interesserede deltagere i Folkevirkes telt, så er det bestemt ikke sidste gang. Det har været et rigtig godt samarbejde, som Folkevirke og spejderne har haft, og vi har allerede aftalt at mødes for at drøfte, hvordan Folkevirkes aktiviteter kan videreudvikles. I løbet af ugen fortalte flere spejderledere, at de ville bruge nogle af Folkevirkes aktiviteter i forbindelse med lederkurser for kommende spejderledere. Folkevirke havde debatter med omkring 100 besøgende hver dag de seks dage, som Spejdernes Lejr varede.

Folkevirketeltet bød på aktiviteter for unge og ældre om at skabe fællesskaber i samfundet og om, hvordan demokrati i forskellige former kan udvikles. Folkevirkere inviterede ind i teltet og stod for at lede de forskellige samtaler.

Folkevirkes telt var gjort levende med en række plakater med stemmesedler og plancher fra Folkevirkes projekt om Kulturmosaikken. Desuden havde Folkevirke placeret en tavle uden for, så alle kunne skrive, hvem de synes, er den vigtigste i samfundet. I modsætning til andre steder,



En af Folkevirkes aktiviteter på spejderlejren i Hedeland var debat om samfundsværdier. Yderst t.h. ses Folkevirkes konsulent Birgit von der Recke (bagest) sammen med folkevirkere Grete Mygind i engageret samtale med en flok unge spejdere, som trækker nøgleværdier ud af trætårnet – Klods Major.

hvor Folkevirke har fået svar, så afspejlede svarende i Hedeland, at der var tale om foreningsmennesker og spejdere, som sætter fællesskabet meget højt.

Aktiviteter

Folkevirkes repræsentanter stod klar til at gå i dialog med de mange besøgende, som kom enkeltvis eller i større og mindre grupper. Alle aktiviteter blev afviklet med øje for, hvilken aldersgruppe de besøgende havde.

Når det gjaldt Kulturmosaikken, så talte mikroerne især om at være i familiefællesskabet, mens de unge drøftede, hvad fællesskaber kan være og ikke mindst hvilke elementer, der indgår.

I spillet "Zoom" var det typisk besøgende, som kom alene eller var et par stykker. De gik i gang med billedfortællingen, som langsomt voksede og blev mere specifik, efterhånden som billederne blev stykket

sammen. Undervejs blev det til gode samtaler om billedanalyser og det at have blik for detaljerne.

I spillet med tårnet var reglerne som i havespillet Klods Major eller Djanggo (det var en international lejr). I Folkevirkes spil indeholdt klodserne ikke farver, men havde fået indgraveret navne på værdier i samfundet. Deltagerne kunne trække klodserne ud enkeltvis og drøfte, om de pågældende værdier skulle med i deltagerens fremtidige samfund eller kasseres. Spillet blev italesat afhængig af aldersgruppe.

På klodserne kunne fx stå "Åbne retssager", hvor alle kan følge med i processerne. Her nævnte deltagerne bl.a. at imod taler, at den skyldige udsættes for had resten af livet, ligesom der kan være begrænsninger af hensyn til rigets sikkerhed.

På klodserne kunne også stå "Børnearbejde". Her var reaktionerne umiddelbart, at det skulle der absolut

ikke være. Dog kunne det godt accepteres under ordnede forhold. Et begreb som "Transparens" – gennemsigtighed – syntes de fleste, ville være en god ting. Dog kunne hensyn til rigets sikkerhed give begrænsninger. Også begreber som "Foreningsfrihed", mente de fleste, ville komme

foreninger til gode, ligesom "Lighed" – specielt lighed mellem kønnene – er absolut godt.

Også "Religionsfrihed" så de gerne i fremtidens samfund, hvor de lagde vægt på hensyn til andre religioner. Trosfrihed anså de som et gode, og de betonedes, at vold er uacceptabelt.

En gruppe unge stod og drøftede værdierne i det samfund, som de ønsker sig styret af, efterhånden som de trak værdi-ord i havespillet Klods Major. En hollænder blev inviteret ind i gruppen, og kommunikationen foregik nu på engelsk, hvorved strukturen i, hvem og hvad man ytrede sig om, ændrede sig til deltagernes individuelle tilgængelige ord. Der blev nu en anden gruppedynamik.

Det var dejligt at opleve de unge menneskers ansvarlighed og engagement over for fællesskaberne i samfundet.

Folkevirke præsenterede også spillet Barnga. Det er et kortspil, som går ud på, at deltagerne deles op i mindre grupper, som hver spiller kort. Efter lidt tid skifter grupperne plads uden at kende spillereglerne i den nye gruppe, som de flyttes til. Engagementet var imponerende.

Pludselig blev non verbal kommunikation trukket op af hatten i håb om at blive forstået, omend det er udfordrende, når det sprog, man plejer at bruge, ikke virker. Deltagerne havde fået opgaven at tie stille under spillet. Nogle sad og pegede. Nogle skubbede rundt med kortene. En udfordring, når lejren var international. Plancherne med danske og internationale stemmesedler tiltrak sig opmærksomhed på deres forskelligheder. Der udspandt sig mange drøftelser af, hvad der er demokratisk. Er det alene magtens tilgængelighed eller ønsker vi folkets stemme præsenteret i styring af staterne? Ordet demokrati er ikke magisk. Demokrati er en proces.

Folkevirke takker for nogle hyggelige og udbytterige dage!



Folkevirkes aktivitetstelt på spejderlejren i Hedeland tiltrak sig stor opmærksomhed, og mange unge kom ind til debatter og aktiviteter som fx samarbejdsøvelser.





www.folkevirke.dk

Oplevelser og fællesskab i Folkevirke

Folkevirke har kredse landet over. Vi inviterer til spændende arrangementer, som kan opleves i et givende samvær med andre folkevirkebrugere.

Folkevirke er paraplyorganisation for flere organisationer som fx Dansk Kvindesamfund, Interkulturelt Kvinderråd, Haandarbejdets Fremme, Kvinder i Musik og Kvindelige Kunstneres Samfund.

Folkevirkes formål er at bringe nyt initiativ til oplysningsarbejdet. Folkevirke ønsker at fremme en aktiv dialog og derved give deltagerne et bedre fundament for at deltage engageret i den demokratiske proces.

I Folkevirke kan du få oplevelser, som kan deles med andre og drøftes i et hyggeligt fællesskab.

Et medlemskab af Folkevirke giver en række fordele, nemlig

- ♦ Modtagelse af Folkevirkes kulturtidsskrift "Folkevirke" fire gange årligt
- ♦ Hurtig orientering om, hvad der foregår i foreningen
- ♦ Nedsat pris på arrangementer
- ♦ Inspiration gennem det givende arbejde, som foreningen Folkevirke tilbyder
- ♦ Mulighed for at være med i både nationalt og internationalt udviklingsarbejde og EU-støttede projekter med folkeoplysende fokus
- ♦ Mulighed for råd og vejledning fra Folkevirkes oplysningskonsulent
- ♦ Mulighed for selv eller sammen med andre folkevirkebrugere at arrangere møder.

Folkevirkes største kredse er:

Folkevirke København - e-mail folkevirke@folkevirke.dk

Folkevirke på Vestegnen - e-mail elhart08@gmail.com

Folkevirke Roskilde - e-mail britta.poulsen@privat.dk

Folkevirke Vesthimmerland - e-mail tovekaren120@gmail.com

Folkevirke Herning - e-mail lene47lund@gmail.com

Folkevirke Region Syd - e-mail karinbjerregaard.1@gmail.com

På gensyn i Folkevirke!

Annemarie Balle, landsformand



FOLKE VIRKE

Niels Hemmingsens Gade 10, 3. sal · 1153 København K
+45 33 32 83 11 · folkevirke@folkevirke.dk
www.folkevirke.dk

Kvindestemmer 2027:

Flot *markering* af 20 år med Kvindestemmer

Sæt allerede nu kryds ved lørdag den 6. marts 2027

Folkevirke er sammen med Dansk Blindesamfund, Kvindelige Kunstneres Samfund og Kvinder i Musik i fuld gang med at planlægge næste års **Kvindestemmer**.

Der er lagt op til en ekstra spændende eftermiddag **lørdag den 6. marts** kl. 11.30-16.30 på spillestedet **Hotel Cecil** i København, for i 2027 er det 20. gang, at Folkevirke er med til at arrangere Kvindestemmer. I 2007 stod Folkevirke alene for arrangementet i det daværende Copenhagen Jazzhouse. Siden er flere foreninger kommet med, så der i dag eksisterer en velfungerende og dynamisk arrangørgruppe.

I alle årene har Folkevirke lagt vægt på, at der i løbet af eftermiddagen kunne stå kvindelige kunstnere på scenen. Kvinder, som med hvert sit udtryk har haft en særlig gennemslagskraft.



Hvert år har der været en stor spændvidde i udtrykkene – debutanter og kunstnere med en allerede klar position på den kunstneriske scene. Også etnisk har Folkevirke vægtet en bredde.

Set i et retrospektivt lys er det interessant at se, hvordan debutanter i Kvindestemmer siden har manifesteret sig som efterspurgte kunstnere landet over. Arrangørgruppen bag Kvindestemmer er meget glade for, at vi på den måde har kunnet lægge scene til talenter inden for både litteratur, musik og billedkunst og dermed givet dem en bedre platform for at nå ud til et større publikum.



Programmet for 2027 er endnu ikke lagt fast, men arrangørgruppen har et stort ønske om, at programmet bliver en flot markering af de første 20 år, så derfor vil der modsat tidligere år blive et gensyn med kunstnere, som tidligere har stået på scenen under et Kvindestemmer-arrangement.

Hvis der sidder læsere, som har forslag til kunstnere, så send dem gerne hurtigt til Folkevirke på mail folkevirke@folkevirke.dk





Grafiker Lars Pryds viste for et par år siden en kavalkade over de mange kort, som han har designet for Kvindestemmer gennem snart 20 år.

HOTEL
CECIL



Kvindestemmer har gennem alle årene lagt vægt på, at der i programmerne har været en stor spændvidde inden for det professionelle, kunstneriske udtryk. Både debutanter og kunstnere med et langt cv har deltaget, ligesom også kvinder med forskellig etnisk baggrund har optrådt.



2007-2027



Landet over tilrettelægger Folkevirke møder, foredragsrækker, studiekredse, temamøder, kurser og lejre, hvor alle kan deltage.

Ved redaktionens slutning
forelæ der oplysninger
om disse arrangementer.

Mere detaljerede oplysninger kan fås
ved henvendelse til
Folkevirkes kontor,
Niels Hemmingsens Gade 10, 3. sal,
1153 København K,
telefon 33 32 83 11
(bedst tirsdage mellem kl. 9 og 16)
eller folkevirke@folkevirke.dk

Desuden kan der ses en opdateret oversigt
over arrangementer på Folkevirkes
hjemmeside www.folkevirke.dk

Du kan også følge Folkevirke på Facebook.

Folkevirkes møder former sig som
åbne debatter om aktuelle emner,
hvor deltagerne som regel
tager udgangspunkt i et oplæg.
**Folkevirkes møder er åbne
for alle interesserede!**

REGION HOVEDSTADEN

BORNHOLM

Kontakt:

Marianne Kofod Pedersen,
Svanekevej 32, 3740 Svaneke
Tlf. 56 49 21 65

KØBENHAVN

»På Folkevirke«

Niels Hemmingsens Gade 10,
1153 København K.

Folkevirke i København inviterer til
spændende arrangementer, som kan
opleves i et givende samvær med
andre folkevirkebrugere.
Oplevelser, som kan deles med andre
og drøftes i et hyggeligt fællesskab.

Yderligere oplysninger om de enkelte
arrangementer samt priser fås ved
henvendelse til Folkevirke på mail
- folkevirke@folkevirke.dk
På Folkevirkes hjemmeside kan der
også findes supplerende oplysninger
om de enkelte arrangementer.

Kontakt:

Folkevirke,
Niels Hemmingsens Gade 10, 3. sal,
1153 København K. eller
Jeanne Bau-Madsen
Tlf. 21 27 62 19
folkevirke@folkevirke.dk

Folkevirkes Litteraturkreds i København

Mødestedet er Folkevirke,
Niels Hemmingsens Gade 10, 3. sal,
1153 København K.
Tlf. 33 32 83 11

Debatmøderne foregår på torsdage kl. 12.00-14.30.

3. september

Nick Hornby: Hvordan er man et godt
menneske?

Debatoplæg Helen.

24. september

Kazuo Ishiguro: Klara og solen.
Debatoplæg Marianne.

22. oktober

Thit Jensen: Den erotiske hamster.
Debatoplæg Anna Margrethe.

12. november

Albert Camus: Sisyfosmyten.
Debatoplæg Britta.

3. december

Lea Ypi: Uværdig.
Debatoplæg Grete.

Der betales kontingent for hele
sæsonen ved kursusstart
(efterår og forår) i alt 600 kr.

Litteraturkredsen har eksisteret i
flere år, og der kommer hele tiden nye
medlemmer. Men der er plads til flere,
som har lyst til at engagere sig i en
levende og vedkommende debat.

Kontakt:

Grete Mygind
mygindgrete@gmail.com

KØBENHAVNS VESTEGN

Vestegnens Litteraturkreds

Deltagerne mødes i Kvindernes
Bygning kl. 13 på de nævnte datoer.

28. september

Per Petterson:
Jeg forbander tidens flod.
Debatoplæg ved Ulla.
Dagens digt ved Doris.

26. oktober

Teheran tur retur af
Lean Waage Bech.
Debatoplæg: Grete.
Dagens digt: Birgit.

23. november

Ude for uden af Niels Krause-Kjær.
Debatoplæg: Anne Birthe.
Dagens digt: Connie.

Tilmelding og kontakt:

Grete Mygind
mygindgrete@gmail.com

REGION NORDJYLLAND

FOLKEVIRKE

VESTHIMMERLAND

Kontakt:

Tove Kristensen,
Hans Egedes Vej 120, 9600 Aars
Tlf. 98 62 66 10 / 20 87 64 12
tovekaren120@gmail.com

REGION MIDTJYLLAND

HERNING

Møder afholdes i Kirkehuset ved
Herning Kirke, Østre Kirkevej 1,
Herning.

Møderne er hver anden mandag.
Første møde efter sommerferien er
den 7. september 2026 og sidste
møde i denne sæson er den
15. marts 2027.

Mødetid kl. 14.00-16.00.

Man er velkommen til at møde en
1/2 time før.

Der er kaffepause på ca. 15 min.,
hvor man kan nyde sin medbragte
kaffe. Der er også mulighed for at
købe kaffe.

www.folkevirke.dk



Medlemskontingentet for hele sæsonen er 200,00 kr. Hvert møde koster 50,00 kr. for medlemmer og 70,00 kr. for ikke-medlemmer. Satserne er også gældende for pensionister.

7. september

"Mit liv med musik - orgel og klaver" v/ organist Jesper Rahbæk Jespersen (kendt som konferencier ved nytårskoncert med Slyngelorquestrer).

21. september

"Livet ombord på kongeskibet Dannebrog" v/ tidl. jagtkaptajn Peter Schinkel Stamp, der fortæller og viser videoklip fra skibet, så man føler, at man er med til søs med kongefamilien.

5. oktober

"På EU-polititmission i Afghanistan" v/ Peter Pedersen, der fortæller om sin seks måneder lange polititmission i Helmands ørken.

19. oktober

"Præsten og Kromutter - livskvalitet - nu med gangstativ" v/ pensioneret kromutter Ellen Sørensen og pensioneret sognepræst Anne Kirstine Langkjer giver os en humoristisk eftermiddag.

2. november

"Et scenisk arrangement med levendegørelse af H.C. Andersens historier, bl.a. Nattergalen" v/ skuespiller Inger Marie Madsen.

16. november

"Man skal have seletøjet på til det sidste". En fortælling om tidl. fabrikant Aage Damgaard v/ Birgitte Damgaard.

30. november

Julehyggeeftermiddag med diverse overraskelser.

2027**4. januar**

"Det store sociale arbejde, der foregår via Blå Kors Varmestue i Herning" v/ lederen af varmetuen Anders Stagis.

18. januar

"Sundhedsvæsenets udvikling de seneste 50 år samt den politiske beslutning om sygehuset i Gødstrup" v/ tidl. regionsrådsformand Bent Hansen.

1. februar

Musisk foredrag om digteren Jens Rosendal, der bl.a. har skrevet "Du kom med alt det, der var dig". Flemming både fortæller, spiller og synger Rosendals sange.

15. februar

"Enke på Harley" v/ Esther Jensen, der har kørt mere end 300.000 km på motorcykel i 63 lande og bl.a. besøgt SOS-børnebyer. Hun viser billeder og fortæller om disse ture samt om sine besøg i SOS-børnebyerne.

1. marts

Generalforsamling. Der serveres kaffe/kage.

15. marts

"Glimt i øret". Muntre fortalte erindringer fra en barndom i Nykøbing Mors i 1950'erne og 1960'erne v/ provst emeritus Palle Jensen.

19. maj

Udflugt.

Bestyrelse:

Formand:

Lene Lund,

Emil Resensvej 47, Herning

Mobil 29 92 58 50

Næstformand:

Iben Brock,

Spinkebjerg 31, Gjellerup, Herning

Mobil 22 12 95 53

Kasserer:

Tove Katstrup,

Karen Blixens Vej 1P, Ikast

Mobil 40 70 90 51

Bestyrelsesmedlemmer:

Lis Bareuther

Mobil 40 84 18 25

Doris de Voss,

Ørnevej 32, Herning

Mobil 21 66 06 32

» REGION SYD**FOLKEVIRKE SYDFYN****Kontakt:**

Formand Karin Bjerregård
Hesselbjergvej 39, 5953 Tranekær
karinbjerregaard.1@gmail.com

» REGION SJÆLLAND**ROSKILDE****Kontakt:**

Britta Poulsen
Tlf. 23 46 45 95
britta.poulsen@privat.dk

» UDLAND**GRØNLAND****Folkevirke i Nuuk****Kontakt:**

Rebekka Olsvig,
Jens Kreutzmann Aqq 30,
postboks 575,
3900 Nuuk, Grønland





Folkevirke skærper profilen

Folkevirke har nu skaffet økonomiske midler til at kunne sætte ekstra kræfter ind på at få skærpet sin profil – dels ved opdatering af hjemmesiden og dels ved at kunne gå mere helhjertet ind på de digitale platforme som fx Facebook.



Folkevirke har gennem mange år forsøgt sig med digitale løsninger, men har manglet det sidste træk for at gøre det mere end godt. Nemlig at gøre det rigtig godt.

Den 15. september kl. 15.00 holder Folkevirke møde om mulighederne på Folkevirke i Niels Hemmingsens Gade.

Formand Annemarie Balle vil komme med et oplæg, og derefter skal der idéudvikles, så vi sammen kan finde frem til nye måder at få Folkevirke profileret.

Som der kan læses andet steds i dette temablad, så har Folkevirke haft et godt samarbejde med danske spejdere, og det har vist sig, at de mange debatformer, som

Folkevirke har udviklet, har stor interesse hos unge.

Folkevirkes metoder er rigtig gode til at få startet en debat og give nye måder til at inkludere flere i også debatter om mere vanskelige og følsomme debatemner.

Så kom og vær med til at idéudvikle Folkevirke!

Folkevirke er vært ved et let trakte-ment med kaffe/te og kage.

Har du transportudgifter til bus eller tog, kan Folkevirke også refundere dem – så husk at gemme dine bilag.

Så selv om du bor langt fra København, så håber Folkevirke, at du på den måde alligevel kan deltage i arrangementet.

Af praktiske grunde må du meget gerne melde dig til på forhånd på folkevirke@folkevirke.dk